

exploration يؤكد على تعلم الحركة الماهرة وقد لا يكون خلفا للتعليم التقليدي للألعاب الرياضية.

والمدخل الثالث، هو مدخل التنمية theme approach والذي يؤكد على المهارات الحركية الأساسية كالقفز باعتباره موضوعا يتم القيام به في تعليم الألعاب الرياضية والمهارات الحركية الأخرى. وأيا كان المدخل المستخدم لتطوير منهج المدرسة الابتدائية، فإن الاتجاه يتعد عن مهارات الألعاب الرياضية التنافسية، ويتجه نحو تعليم الأنشطة الحياتية والتي يستطيع التلميذ الاستمرار في متابعتها خارج المدرسة وطول حياته.

وتركز التربية الرياضية في المدرسة الإعدادية والثانوية على التربية عن طريق اللعب play education التي تؤكد على المهارات التنافسية ومهارات الرياضة طوال الحياة. والمدخل الأكثر حداثة في تطوير المنهج هو الموجه نحو العملية process-orientated والذي يؤكد على تعلم المفاهيم المرتبطة بالحركة وكذلك تعلم مهارات الحركة متنوعة. ويؤكد المدخل الإنساني في التربية الرياضية على استخدام الحركة لتحقيق الأهداف الوجدانية، هذا فضلا عن الاهتمام بتنمية القيم والأخلاق.

إن الكتاب الذى يقدم اليوم للقراء والدارسين والباحثين، يوضح الخلفية التاريخية لتربية البدنية والرياضة وحتى عصرنا الحاضر، كما يشرح الأصول الفلسفية والاجتماعية لتربية البدنية والرياضة، ويربط بين علم الجمال والتربية البدنية والرياضة في نسيج واحد، ويبرز الإسهامات التي تقدمها هذه الأصول لفهم التربية البدنية، وذلك بعد أن قدم في الفصول الأولى مفاهيم هذا المجال الأساسية ويبرز أهميته وبعد تناول أطره نظرية ونماذجه ويفصل في توضيح أهدافه وأغراضه على نحو عميق.

ومضمون الكتاب يقدم أساسا عميقا وخلفية معرفية أساسية لا غنى عنها في إعداد المعلم. ولن يدرس هذا المجال على نحو نسقى أو يجرى دراسات فيه.

والمؤلف أستاذ مقتدر في مجاله، ذو كعب راسخ في علمه، مخلص في أستاذه ليما وبحا وتاليفا. وأحسب أن الكتاب في طبعته الجديدة سيلقى من الدارسين طائعين ومن المتخصصين في هذا المجال كل ترحيب كما لقيته طبعته السابقة.

وعلى الله قصد السبيل،

د. جابر عبد الحميد جابر

جامعة القاهرة

محتويات الكتاب

٩	تقديم
٢١	المقدمة
٢٣	مدخل إلى أصول التربية البدنية والرياضة
	الباب الأول
	مدخل إلى التربية البدنية والرياضة
٢٧	فصل الأول : (المفهوم - المعنى - الأهمية) :
٢٩	مفهوم التربية البدنية والرياضة
٢٩	- المفاهيم المرتبطة بالاسم (التربية البدنية والرياضة)
٢٩	- المفهوم التربوي للتربية البدنية والرياضة
٣٢	- مراحل تطور المفهوم
٣٤	للمفهوم الإجرائي للتربية البدنية والرياضة
٣٥	نحو تعريف للتربية البدنية والرياضة
٣٧	معنى التربية البدنية والرياضة
٣٧	المعنى المتصل بالخصائل
٣٩	دراسات متقدمة في المعنى
٤١	أهمية التربية البدنية والرياضة
٤٢	أهمية النظام في الثقافة الغربية
٤٤	أهمية النظام في الثقافة العربية الحديثة
٤٦	التربويون وأهمية التربية البدنية والرياضة
٤٩	فصل الثاني : التربية البدنية والرياضة بين التنظير والنمذجة
٥١	نحو نظرية في التربية البدنية والرياضة
٥١	مفهوم النظرية
٥٢	ركائز النظرية في التربية البدنية والرياضة
٥٤	نمذجة التربية البدنية والرياضة
٥٤	نماذج زيجلر لتطور الأوضاع في التربية البدنية والرياضة

٥٤	المرحلة الأولى
٥٧	المرحلة الثانية
٥٩	المرحلة الثالثة
٦٢	المرحلة الرابعة
٦٥	المرحلة الخامسة
٦٩	نموذج التطور المثالي للرياضة والتربية البدنية
٧٢	نموذج التطور المستقبلي للتربية البدنية (لوسون)
٧٣	نماذج خطية للتربية البدنية كجزء من حركة الإنسان
٧٤	- المجالات المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة
٧٤	طبيعة العلاقة بين المجالات المرتبطة
٧٥	علاقة الصحة بالتربية البدنية والرياضة
٧٩	علاقة الترويح بالتربية البدنية والرياضة
٨٢	علاقة الرقص بالتربية البدنية والرياضة
٨٧	التربية البدنية والرياضة ومجالاتها المرتبطة ... إلى أين؟
٨٩	الفصل الثالث: إطار الأهداف والأغراض في التربية البدنية والرياضة:
٩١	- ركائز ومنطلقات الأهداف التربوية
٩١	منطلقات الأهداف التربوية
٩٣	الإطار العالمى للأهداف التربوية
٩٥	الإطار المجتمعي للأهداف التربوية
٩٧	الأهداف التعليمية في مواجهة تحديات المجتمع المصرى
١٠١	- مدخل لدراسة الأهداف في التربية البدنية والرياضة
١٠١	أهمية تحديد الأهداف في النظام والمهنة
١٠٢	للمجتمعات المختلفة أهداف مختلفة
١٠٤	الأهداف - الأغراض - الحصائل
١٠٥	- تطور أهداف التربية البدنية والرياضة
١٠٦	تعليق على أهداف دودلى سارچنت
١٠٦	- الأهداف من عام ١٩٢٠ - ١٩٣٠
١٠٧	- الأهداف من عام ١٩٣٠ - ١٩٤٠
١٠٧	- الأهداف من عام ١٩٤٠ - ١٩٥٠



١٠٨	الأهداف من عام ١٩٥٠ - ١٩٦٠
١٠٩	الأهداف من عام ١٩٦٠ - ١٩٧٠
١١١	الأهداف من عام ١٩٧٠ - ١٩٨٠
١١٢	الأهداف من عام ١٩٨٠ - ١٩٩٠
١١٢	أهداف «التربية الرياضية» في جمهورية مصر العربية
١١٤	أسس التحليلية لأهداف التربية البدنية والرياضة
١١٤	مستويات المرتبة للأهداف
١١٧	الأهداف العامة للنظام في بعض دول العالم
١١٨	تقنيات تحليلية في دراسة الأهداف
١١٩	مواصفات الأهداف
١٢٠	مواصفات الأهداف
١٢٠	مواصفات الصياغة الجيدة للأهداف
١٢١	علاقة الأهداف ببنية المعرفة والأوضاع النظرية
١٢٣	الأهداف والبرامج المدرسية
١٢٧	الفرع الرابع: الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضة:
١٢٩	الانتمية البدنية
١٣١	اللياقة البدنية
١٣٣	التأثير الوظيفي للياقة البدنية
١٣٥	مساوئ نقص اللياقة البدنية
١٣٨	العوامل المؤثرة في اللياقة البدنية
١٤٠	البناء التكويني للياقة البدنية
١٤٢	تتمية الصفات البدنية
١٤٣	السيطرة على البدانة
١٤٤	القوام الصحيح
١٤٥	التوافق الشكلي والجمالى لجسم الإنسان
١٤٧	التركيب الجسمي ونمط الجسم
١٥١	الانتمية الحركية
١٥١	للهاة الحركية وأهميتها
١٥٢	الكفاية الإدراكية الحركية



١٨٩	دراسة التاريخ
١٨٩	علم التاريخ وتعريفه
١٩١	علم علم وصفى
١٩١	البحث التاريخي
١٩٣	المادة التاريخية
١٩٥	دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضة
١٩٦	البيعية والرياضة فى مصر القديمة
١٩٧	الحل الرئيسة للتاريخ المصرى القديم
١٩٨	التربوى للرياضة فى مصر القديمة
١٩٩	الاجتماعى للرياضة فى مصر القديمة
٢٠١	الحربى للرياضة فى مصر القديمة
٢٠٢	الرياضة ذات الطابع الحربى
٢٠٣	ألوان الرياضة فى مصر القديمة
٢٠٤	رياضة الصيد
٢٠٧	اللعاب الكرة
٢٠٩	للصارعة
٢٠٩	للبياحة
٢١٢	الرقص
٢١٦	البيعية والرياضة فى الصين القديمة
٢١٨	البيعية والرياضة فى الهند القديمة
٢١٩	البيعية والرياضة فى آشور وبابل (العراق القديمة)
٢٢١	البيعية والرياضة فى فارس (إيران القديمة)
٢٢٣	التربية البدنية والرياضة عند الإغريق والرومان
٢٢٥	البيعية والرياضة فى الحضارة الإغريقية
٢٢٥	الرياضة الإغريقية (اليونان القديمة)
٢٢٦	حرمة البدنية فى إسبرطة
٢٢٧	حرمة البدنية فى أثينا
٢٢٩	اللعاب الأولمبية القديمة
٢٣٨	البيعية والرياضة فى الحضارة الرومانية

١٥٣	أهمية الكفاية الإدراكية الحركية
١٥٤	مفهوم الطلاقة الحركية
١٥٥	هدف الترويح وأنشطة الفراغ
١٥٥	مفهوم الترويح
١٥٥	التأثيرات الإيجابية للترويح
١٥٦	مفهوم الرياضة للجميع
١٥٩	هدف التنمية المعرفية
١٥٩	مفهوم المعرفة الرياضية
١٦٠	الحركة كمصدر للمعرفة
١٦١	الحركة والمهارات الدراسية المعرفية
١٦٤	أهمية المعرفة الرياضية
١٦٥	البصيرة الثاقبة والرياضة
١٦٦	هدف التنمية النفسية
١٦٦	تشكيل الشخصية
١٦٦	التأثيرات النفسية الإيجابية للرياضة
١٦٨	تحقيق الذات عبر الأنشطة الحركية
١٦٩	هدف التنمية الاجتماعية
١٦٩	النشاط الحركى كمناخ اجتماعى ثرى
١٦٩	القيم الاجتماعية للنشاط الحركى
١٧١	التكيف الاجتماعى
١٧١	القيم الاجتماعية لأنشطة الفريق
١٧٣	هدف التنمية الجمالية والتذوق الحركى
١٧٣	أهمية تقدير جماليات الحركة وتذوقها
١٧٤	القيم الجمالية فى الحركة
١٧٥	فرص التعبير عن الجمال عبر الحركة
١٧٧	مراجع الباب الأول

الباب الثانى

١٨٥	تاريخ التربية البدنية والرياضة
١٨٧	الفصل الاول : التربية البدنية والرياضة فى الحضارات الشرقية القديمة :



٢٩١	 حيث للتربية البدنية والرياضة في مصر
٢٩١	 تطور العسكرى (١٨٠٥ - ١٨٦٧)
٢٩٢	 تطور الحضارى (١٨٨٢ - ١٨٨٢)
٢٩٣	 الاحتلال البريطانى (١٨٨٢ - ١٩٢٥)
٢٩٤	 التحول الديمقراطى (١٩٢٥ - ١٩٥٢)
٢٩٦	 ملعد التربية البدنية بمصر
٢٩٩	 العمل التورى (١٩٥٢ - ١٩٧٧)
٣٠٠	 في القطاع الأهلى
٣٠٢	 ت بارزة في تاريخ التربية البدنية الحديثة في مصر
٣٠٥	 الثاني
	الباب الثالث
٣١٣	 أصول الفلسفية للتربية البدنية والرياضة
٣١٥	 حاجة التربية البدنية والرياضة إلى الفكر الفلسفى:
٣١٧	 دراسة الفلسفة
٣١٧	 مرم الفلسفة
٣١٧	 حقة في مقابل العلم
٣١٨	 حقة ومباحثها
٣١٩	 بحث المعرفة
٣١٩	 بحث القيم
٣١٩	 بحث الوجود
٣٢٠	 بحث المنطق
٣٢١	 أصول الفلسفية للتربية البدنية والرياضة
٣٢٢	 دراسة الأصول الفلسفية للتربية البدنية والرياضة
٣٢٤	 أدات الفلسفة في التربية البدنية والرياضة
٣٢٩	 = الفلسفة الاجتماعية والتربية البدنية والرياضة:
٣٣١	 حقة الاجتماعية
٣٣١	 أصولوجية
٣٣٢	 الفلسفة الاجتماعية بالرياضة
٣٣٢	 ات المبادلة بين الفلسفة الاجتماعية والرياضة

٢٣٨	 الإمبراطورية الرومانية ورياضاتها
٢٣٩	 التربية البدنية للطفل الرومانى
٢٤٠	 نظام التربية الرومانى
٢٤٢	 المنشآت الرياضية الرومانية
٢٤٧	الفصل الثالث : التربية البدنية والرياضة فى العصور الوسطى:
٢٤٩	 التربية البدنية والرياضة فى العصور الوسطى الأوروبية
٢٤٩	 الظروف التى أحاطت بالنشاط البدنى
٢٥٠	 الرياضة فى النظام الإقطاعى
٢٥٣	 تربية الفرسان
٢٥٦	 التربية البدنية والرياضة عبر الحضارات الإسلامية
٢٥٦	 الرياضة كنظام اجتماعى ثقافى إسلامى
٢٥٨	 التربية البدنية والرياضة فى السيرة النبوية الشريفة
٢٦٢	 الرياضة والصحابة والخلفاء الراشدون
٢٦٤	 الرياضة ومفكرو التربية المسلمون
٢٦٨	 - الرياضة كنظام تربوى إسلامى
٢٧٠	 - المنشآت الرياضية الإسلامية
٢٧٥	الفصل الرابع : التربية البدنية والرياضة فى عصور النهضة والحداثة:
٢٧٧	 التربية البدنية والرياضة فى بريطانيا
٢٧٩	 التربية البدنية والرياضة فى ألمانيا
٢٧٩	 التوجه الطبيعى
٢٨٠	 التوجه القومى
٢٨١	 التربية البدنية والرياضة فى الدنمارك
٢٨١	 التربية البدنية والرياضة فى السويد
٢٨٣	 أصول التربية البدنية الحديثة
٢٨٤	 الألعاب الأولمبية الحديثة
٢٨٤	 التأسيس
٢٨٤	 الدورات الأولمبية السابقة
٢٨٦	 البرنامج الأولمبى والمراسم
٢٨٩	 تنظيم الألعاب الأولمبية الحديثة



٣٦٣	إسهامات التربية البدنية والرياضة في تحقيق الفكر الاجتماعي
٣٦٥	* دور التربية البدنية والرياضة في نشر الفكر الاجتماعي
٣٦٥	* إسهامات التربية البدنية والرياضة في تحقيق القيم الديمقراطية
٣٦٥	مفهوم المواطنة ودور التربية البدنية والرياضة فيها
٣٦٥	* أهمية الانتماء والتوحد في تشكيل المواطنة
٣٦٦	* الانتماء والتوحد عبر التربية البدنية والرياضة
٣٦٧	* من نماذج توظيف التربية البدنية والرياضة في التطبيع السياسي الاجتماعي
٣٦٨	نموذج التربية الإسبرطية
٣٦٩	نموذج نظام مكارنكو في التربية
٣٧٠	الفصل الثالث : الفلسفة التربوية والتربية البدنية والرياضة:
٣٧٠	- مفهوم فلسفة التربية ووظيفتها
٣٧١	* مفهوم التربية وفلسفة التربية
٣٧٢	* فلسفة التربية كفلسفة متخصصة
٣٧٥	- علاقة التربية العامة بالتربية البدنية والرياضة
٣٧٧	* التربية بشأن الحركة
٣٧٩	* التربية من خلال الحركة
٣٨٠	* التربية في الحركة
٣٨٠	- الفلسفة التربوية للتربية البدنية والرياضة
٣٨٢	* التربية من المنظور البيولوجي (الحيوي)
٣٨٤	* فلسفة الشمول والتكامل التربوي
٣٨٤	- القيم والأهداف التربوية في التربية البدنية والرياضة
٣٨٥	* القيم كمصدر اشتقاق للأهداف
٣٨٧	* معنى القيم في التربية
٣٨٧	* مكانة القيم في التربية البدنية والرياضة
٣٨٨	* نحو إطار لقيم التربية البدنية والرياضة
٣٨٩	* إطار لارسون لقيم النشاط البدني والرياضة
٣٩٠	* أهمية الإطار القيمي في المهنة والنظام
٣٩١	علاقة الأهداف بالقيم في التربية البدنية والرياضة



٣٣٧	إسهامات التربية البدنية والرياضة في تحقيق الفكر الاجتماعي
٣٣٧	* دور التربية البدنية والرياضة في نشر الفكر الاجتماعي
٣٣٨	* إسهامات التربية البدنية والرياضة في تحقيق القيم الديمقراطية
٣٣٩	مفهوم المواطنة ودور التربية البدنية والرياضة فيها
٣٣٩	* أهمية الانتماء والتوحد في تشكيل المواطنة
٣٤١	* الانتماء والتوحد عبر التربية البدنية والرياضة
٣٤٢	* من نماذج توظيف التربية البدنية والرياضة في التطبيع السياسي الاجتماعي
٣٤٢	نموذج التربية الإسبرطية
٣٤٣	نموذج نظام مكارنكو في التربية
٣٤٥	الفصل الثالث : الفلسفة التربوية والتربية البدنية والرياضة:
٣٤٧	- مفهوم فلسفة التربية ووظيفتها
٣٤٧	* مفهوم التربية وفلسفة التربية
٣٤٧	* فلسفة التربية كفلسفة متخصصة
٣٤٨	- علاقة التربية العامة بالتربية البدنية والرياضة
٣٤٨	* التربية بشأن الحركة
٣٤٩	* التربية من خلال الحركة
٣٥٠	* التربية في الحركة
٣٥١	- الفلسفة التربوية للتربية البدنية والرياضة
٣٥١	* التربية من المنظور البيولوجي (الحيوي)
٣٥١	* فلسفة الشمول والتكامل التربوي
٣٥٣	- القيم والأهداف التربوية في التربية البدنية والرياضة
٣٥٣	* القيم كمصدر اشتقاق للأهداف
٣٥٥	* معنى القيم في التربية
٣٥٥	* مكانة القيم في التربية البدنية والرياضة
٣٥٧	* نحو إطار لقيم التربية البدنية والرياضة
٣٥٨	* إطار لارسون لقيم النشاط البدني والرياضة
٣٥٩	* أهمية الإطار القيمي في المهنة والنظام
٣٦٠	علاقة الأهداف بالقيم في التربية البدنية والرياضة



الطبعة الأولى :

الله نبدأ هذا الجهد، الذى استغرق إنجازه الوقت الطويل الذى لا
شهور ولكن يحسب بالسنوات الطوال، والذى نال منى كل الجهد
ولا إيمانى برسالة أصول التربية البدنية والرياضة، إيماننا عميقا راسخا
على تطوير المهنة والنظام الأكاديمي الذى نتسب إليه ما كنت أستطيع
مواصلة فى إنجاز هذا العمل.

استشعرت منذ شبابى وأنا طالب بالمعهد العالى للتربية الرياضية
مهم، حجم المشكلة، بل المشكلات التى تنوء بحملها التربية البدنية
ولت مدى حاجتها إلى إثبات ذاتها الأكاديمية وهويتها المعرفية،
صحية كنشاط مبشر بالخير وبالحق وبالعدل وبالجمال.

استشعرت مدى حاجة التربية البدنية والرياضة إلى جهود نظيرية مكثفة
الجواب والأهداف.

الجهد محاولة لتنظيم الأبعاد الأكاديمية والمهنية للتربية البدنية والرياضة
جمع بين النظريات والحقائق العلمية على المستوى الدولى، وفى نفس
فى ألا يغفل الواقع الاجتماعى والتربوى للوطن العربى المسلم، فى
هوية متميزة للمدرسة العربية للتربية البدنية والرياضة، والتى تأسست
عظام سبقونا وتركوا لنا الأسس الرشيدة التى نهتدى بها، ونسأل الله
كل الخير ويبارك فى أعمارهم، ويرحم من رحل منهم عن عالمنا، إنه

من وراء القصد، والحمد لله وأصلى وأسلم على رسول الله ﷺ.

الزلف بجزيل الشكر والامتنان لأستاذ الأجيال أ.د. جابر عبد الحميد
تقديم هذا الكتاب، فأثابه الله عنا خير الجزاء.

الدكتور/ أمين الخولى

٣٩٦	* أفكار وأطر التربية البدنية الطبيعية
٣٩٧	* تأكيدات الطبيعية فى التربية البدنية والرياضة
٤٠٠	- مذهب البراجماتية فى التربية البدنية والرياضة
٤٠٠	* التربية البراجماتية
٤٠١	* من مفكرى التربية البراجماتية
٤٠٣	* معطيات الفلسفة البراجماتية فى التربية البدنية والرياضة
٤٠٤	* تأكيدات البراجماتية فى التربية البدنية والرياضة
٤٠٧	الفصل السادس : علم الجمال فى التربية البدنية والرياضة:
٤٠٩	- إطار المفاهيم المرتبطة بعلم الجمال
٤٠٩	* مفهوم علم الجمال
٤٠٩	* مفهوم البحث الفينومينولوجى (الظاهراتى)
٤٠٩	* مفهوم الفن
٤١٠	- الحركة بين الجمال والغرضية
٤١٠	* أولا : الأنشطة الغرضية
٤١١	* ثانيا : الأنشطة أو الرياضات الجمالية
٤١١	* ثالثا : الأنشطة الحركية الفنية
٤١٢	- مداخل دراسة جماليات الحركة فى التربية البدنية والرياضة
٤١٢	* المدخل الجمالى الإستائيقى لدراسة جماليات الحركة
٤١٣	* المدخل الفنى لدراسة جماليات الحركة
٤١٥	* المدخل الفينومينولوجى (الظاهراتى) لدراسة جماليات الحركة
٤١٦	- أبعاد للخبرة الجمالية فى التربية البدنية والرياضة
٤١٦	* مفهوم الخبرة الجمالية بين الممارس والمُشاهد
٤١٧	* جماليات الحركة والأخلاق
	- قائمة مراجعة الاتجاهات الفلسفية فى التربية البدنية
٤٢١	والرياضة إعداد إيرل زيجلر، تعريب أمين الخولى.
٤٢٩	- مراجع الباب الثالث

